



19. Ilmenauer Osterlauf "Rund um die Talsperre Heyda"

Ilmenau, Ortsteil Heyda / 30.03.2024

evaluación detallada

Mathias Luderer

Asociación: Trailrunning-Crew Thüringen

Dorsal: 357

recorrido: 18.50 km

Lange Strecke

categoría:

Senioren M40 (40-44) L

tiempo total: 1:20:11

velocidad: 13.47 km/h

rendimiento en carrera: 4:20 min/km

posición en el recorrido/Total: 10 (de 112)

posición en el recorrido/Men: 9 (de 87)

mejor tiempo del recorrido: 1:03:45

posición en la categoría: 3(de 19)

mejor tiempo en la categoría: 1:12:53

tiempos parciales

stage score

Total score

control	etapa km	etapa tiempo	etapaposisió min/km	retraso			Total km	Total tiempo	Total min/km	retraso			Total Men	Total Men
				posición	categoría	Men				posición	categoría	Men		
Runde	9.20	38:37	4:11	3	2:29	7	9.20	38:37	4:11	3	2:29	7	7:06	
Runde	9.00	40:45	4:31	3	4:41	11	18.20	1:19:22	4:21	3	7:10	9	16:14	
Ziel	0.30	0:49	2:43	5	0:08	19	18.50	1:20:11	4:20	3	7:18	9	16:26	